

우리 마을의 소통 플랫폼, 방배노인종합복지관!

# 라운누리

Vol.20



원하시는 키오스크를  
선택해주세요



무인민원발급기



패스트푸드점



카페



고속버스



KTX



공항



신나는 변화는 시작



방배노인종합복지관



## 지난 해 문득 시작된 코로나19로 인해 사람과의 만남이 더욱 소중하게 느껴지는 요즘입니다.

복지관의 비어있는 곳곳을 볼 때 마다 어르신, 후원자님, 자원봉사자님, 강사님들의 자취가 느껴지며, 얼른 다시 만나 마음을 함께 나누고픈 생각이 가득합니다.

어려운 여건 속에서도 우리 복지관은 '방배동 소통 플랫폼'으로서 복지관을 그리워하시는 모든 분들에게 천천히 다가가고자 노력했습니다.

랜선으로 찾아가는 온택트 복지 서비스 일환으로 재미와 유익함을 담은 교육, 일상생활 속 스마트한 정보, AI로봇을 활용한 어르신 맞춤형 돌봄 서비스 등을 제공했습니다.

또한, 기부은행 돌봄봉사자와 함께하는 어르신 생신잔치, 서초어르신 마음방역 캠페인으로 어르신 가정에 따뜻한 마음이 도착할 수 있도록 지원했습니다.

그 뿐만 아니라 만성질환 및 치매예방 프로그램을 통해 어르신의 몸과 마음을 챙길 수 있도록 했으며, 무엇보다도 선배시민 자원봉사단 활동과 이용자 운영간담회를 통해 '살기 좋은 방배골'을 만들고자 함께 노력했습니다.

방배노인종합복지관은 모든 분들의 응원과 관심 덕분에 천천히 발걸음을 움직일 수 있었습니다.

앞으로도 우리 복지관은 어르신들의 열정과 지혜를 바탕으로 지역주민들과 함께 어우러질 수 있는 노인복지의 거점이 될 수 있도록 끊임없이 도전하겠습니다.

마지막으로 철저한 방역수칙 준수와 건강관리를 통해 언제나 밝게 웃음 짓고 행복이 충만하시길 기원합니다.

감사합니다.

방배노인종합복지관 관장 이창열

# 라운누리 Vol.20

하단그림은 '우리 마을의 소통 플랫폼'인 방배노인종합복지관을 표현했으며, 길을 걷는 사람들은 스마트시니어, 노년사회화교육, 노인맞춤돌봄서비스, 후원 등 복지관 서비스를 이용하는 지역주민을 상징

발행 : 권현준, 박슬기, 장민지, 장현정  
홈페이지 : [www.bbseior.org](http://www.bbseior.org)

QR코드 :



유튜브  
바로가기



카카오톡 채널  
바로가기

우리 마을의 소통 플랫폼, 방배노인종합복지관!

# contents

## I. 2021 복지관 소개

방배노인종합복지관, 이렇게 바뀌었습니다! ..... 7

## II. 사업 및 프로그램

- 1. 랜선으로 찾아가는 온택트 스마트 복지! ..... 12
  - 1) 어른신 추억이 깃든 문화명소를 세대가 아울러  
탐방하다! 시니어스토리텔러「서초탐방단」 ..... 13
  - 2) 재미와 유익함, 모두 담은 온택트 교육 프로그램!  
「노년사회화교육」 ..... 15
  - 3) 일상생활 속 스마트한 정보제공「노인권익아카데미」 ..... 17
  - 4) AI로봇을 활용한 어른신 맞춤지원 프로그램  
「AI스마트 맞춤돌봄」 ..... 19
- 2. 설레는 발걸음, 따뜻한 마음 ..... 22
  - 1) 찾아가는 생신잔치「행복한 하루」(feat.기부은행 돌봄봉사자) ..... 23
  - 2) 추석나눔행사 '몸은 멀어져도 마음은 가까이' ..... 24
  - 3) 노인맞춤돌봄서비스「호사랑 꾸러미」지원, ..... 25  
서초어르신「마음방역 캠페인」 ..... 26
- 3. 몸 건강! 마음 건강! ..... 28
  - 1) 만성질환 관리를 위한「너DO! 나DO! 고당클래스」 ..... 29
  - 2) 치매예방프로그램「기억청춘학교」 ..... 31
- 4. 소통하는 즐거움, 나누는 기쁨 ..... 34
  - 1) 개인을 넘어 공동체를 위한 민주시민  
「선배시민 자원봉사단」 ..... 35
  - 2) 살기 좋은 방배골 만들기! 함께 소통해요!  
「상반기 이용자 운영 간담회」 ..... 37
  - 3) 상반기 방배골 온라인 바자회 ..... 39

## III. 건강정보

1. 채식, 건강이 보인다! ..... 41

## IV. 데이케어소식

- 1. 데이케어 프로그램 소개 ..... 43
- 2. 2021년 장기요양의 변화 ..... 45

## V. 결산보고

2021년 상반기 결산보고 ..... 47

## VI. 복지관 이용안내

복지관 프로그램 및 시설 이용안내 ..... 49

## VII. 아름다운 동행

2021년 상반기 후원자명단 ..... 51

## VIII. 홍보

- 1. 희망온돌사업 홍보 ..... 53
- 2. 사랑의 열매 지하철모금함 홍보 ..... 54





# 복지관이 달라졌어요



## 품격있는 어르신들을 위한 「서리풀 시니어 레스토랑」

오랜 기간 어르신들의 점심을 책임졌던 한가람 경로식당이 리모델링 되었습니다.

새로운 경로식당의 이름은 「서리풀 시니어 레스토랑」입니다! 이번 리모델링을 통해 어르신들의 품격있는 신개념 식당이 되겠다는 이념으로 「서리풀 시니어 레스토랑」이 탄생하였습니다. 단순히 식사만 하는 공간이 아닌 친구와 함께 오고 싶은 품격있는 레스토랑이 되기 위해 앞으로도 많은 노력을 하겠습니다!

코로나19가 종식되고 「서리풀 시니어 레스토랑」에서 다 함께 식사하는 날까지 우리 모두 기다리겠습니다.



음식과 만남이 가득한 곳



## 新 여가 문화 공간 「서리풀 스튜디오」

복지관 5층에 어르신들의 신(新) 노년 여가활동을 위한 「서리풀 스튜디오」가 탄생했습니다!

「서리풀 스튜디오」는 공간 제약이 없는 유튜브 또는 비대면 플랫폼(ZOOM 등)을 제작 및 제공하는 공간입니다.

유튜브 '방배골테레비'를 제작 및 공유하고, 실시간 또는 녹화형 강의를 제작하여 어르신들이 집, 외부, 대중교통 등 어디서나 프로그램을 수강할 수 있도록 다양한 영상을 제작하여 제공합니다.

코로나19로 인해 복지시설의 휴관 장기화와 비대면 강의가 필요한 시기에 「서리풀 스튜디오」가 어르신들의 즐거운 문화 공간이 되길 바랍니다!

앞으로도 많은 관심과 이용 부탁드립니다!



스마트한 복지 공간





# 복지관이 달라졌어요



## 맛있는 커피를 편안한 분위기와 함께 즐기세요! 「늘봄카페」

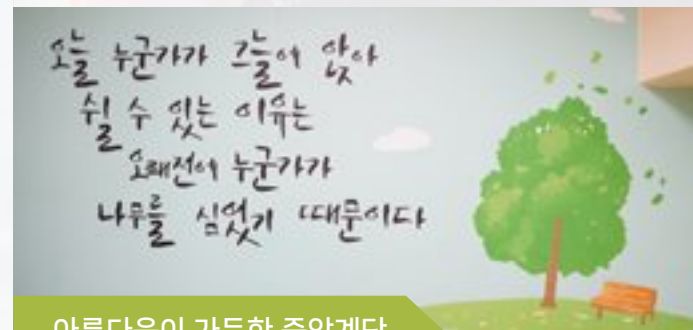
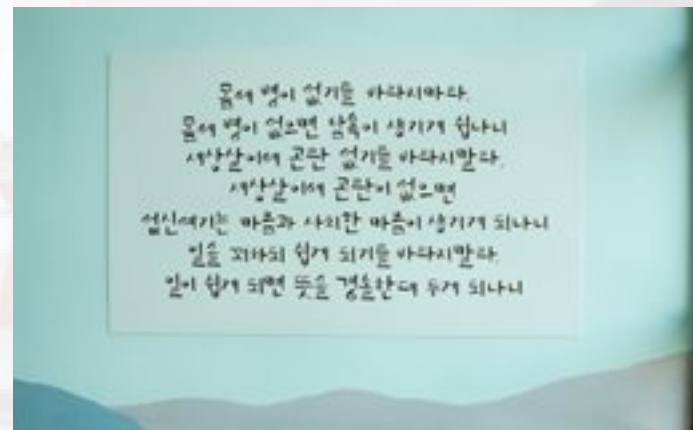
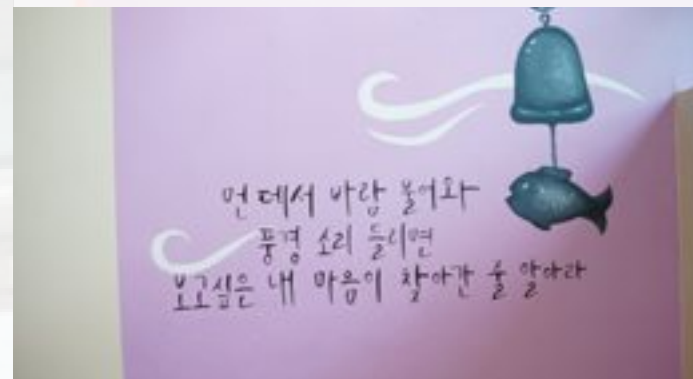
방배노인종합복지관에서는 노인일자리 및 사회활동지원사업으로 '늘봄카페'를 운영하고 있습니다. 시니어 바리스타들이 직접 매장을 관리·운영하며 맛있는 커피를 보다 저렴하고, 편안한 분위기에서 이용하실 수 있도록 준비하고 있습니다.

'늘봄카페'는 환경 개선을 위해 매장 바닥 및 파티션 보수공사와 테이블 및 의자를 새롭게 교체하며 인테리어를 새롭게 단장했습니다. 또한 매장 이용 공간은 온색 조명을 설치하여 따뜻한 분위기를 연출했습니다. 이처럼 늘봄카페는 환경 개선을 통해 쾌적한 환경과 따뜻한 분위기로 변화되었습니다.

맛있는 커피와 함께 편안한 시니어 바리스타가 운영하는 늘봄카페로 많이 놀러와 주시길 바랍니다!



커피 향기가 그윽한 늘봄카페



아름다움이 가득한 중앙계단

## 기업사회공헌 벽화 그리기 활동 「걷고 싶은 계단 만들기」

방배노인종합복지관은 코로나19 확산 방지를 위한 휴관 기간 동안 서초구자원봉사센터와 연계하여 켈델라코리아 임직원과 함께하는 벽화 그리기 활동을 통해 복지관 중앙계단을 새롭게 단장하였습니다.

이번 '걷고 싶은 계단 만들기' 벽화 그리기 활동을 통해 복지관 내부 지하 1층부터 지상 3층 벽면이 아름다운 글귀와 그림으로 가득 채워졌으며, 복지관 재개 이후 어르신들이 새 단장된 계단을 즐겁게 오르내리는 모습을 기대하며 준비하였습니다.

이번 벽화 그리기 활동을 통해 기존 밋밋했던 벽면이 아늑하고 따뜻한 느낌으로 변화되었으며 지역사회 내 기업 임직원이 봉사자로 함께 참여함으로써 지역사회나눔을 실천하는 소중한 시간이 되었습니다. 앞으로도 방배노인종합복지관은 어르신들을 다시 만나 뵙는 날까지 쾌적하고 안전한 환경조성을 위해 노력하겠습니다.





VR 체험



서리풀스튜디오



# 랜선으로 찾아가는 온택트 스마트 복지



## 어르신 추억이 깃든 문화명소를 세대가 아울러 탐방하다! 시니어 스토리텔러 「서초탐방단」

글. 박슬기 사회복지사



### · 서초탐방단! 여기여기 모여라~

방배노인종합복지관에서는 어르신과 청년세대가 함께하는 콘텐츠 향유 및 소통의 장을 마련하기 위해 서울대학교 학생 사회공헌단과 함께 '서초탐방단'을 조직했습니다.

'서초탐방단'은 코로나19로 인해 활동 제약이 있는 요즘, 서초구 내·외 명소를 소개하는 VR영상을 제작하여 지역주민과 함께 공유하고자 했습니다.

### · 두근두근 설레는 첫 만남!

어르신과 학생들은 서로 인사를 나누고, 학생들이 직접 준비한 퀴즈를 맞추며 라포를 형성하는 시간을 가졌습니다.

회의는 어르신의 추억이 깃든 명소 이야기를 나누며 촬영 장소를 선정하고, 촬영 콘티 작성, 대본 연습 등의 활동으로 진행됐습니다.

비대면으로 진행된 만남이었지만 서초탐방단의 뜨거운 열정은 고스란히 화면을 통해 느껴졌습니다.



### · 본격적으로 시작된 명소 촬영!

촬영은 예술의전당, 청권사, 청계산, 경복궁, 이태원과 해방촌에서 이루어졌습니다.

촬영이 시작되자 어르신에게서 긴장된 모습은 사라지고, 명소에 담긴 역사·스토리를 차근차근 전달하는 베테랑으로 '변!신!' 하셨습니다. 학생들 또한 어르신과 명소의 아름다움을 화면에 담기 위해 협업하는 열정적인 모습을 보이기도 했습니다.

### · '서초탐방단'으로 하나가 되는 우리!

활기찬 현장 분위기를 담은 VR영상은 온라인 상영회 및 유튜브 채널을 통해 지역주민과 공유했으며, 영상을 시청하는 잠시나마 일상에서 벗어나 명소를 간접체험하고 힐링할 수 있는 시간이 되길 기대했습니다.

'서초탐방단' 참여 어르신은 "요즘 유행하는 영상을 통해 내가 좋아하는 명소를 소개해 줄 수 있어 좋았습니다." 학생은 "꿈을 향해 도전하는 모습을 보며, 어르신에 대한 생각을 전환하게 됐어요." 라고 전했습니다.

앞으로도 진행될 서초탐방단의 활동,  
많은 관심과 응원 부탁드립니다!

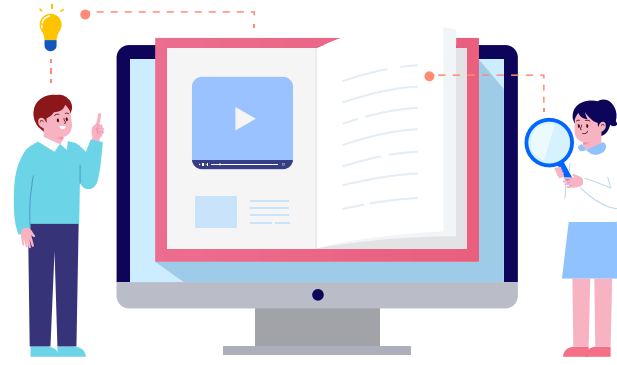
▶ '서초탐방단'의 열정적인 활동기는 유튜브 채널 '방배골테레비', '서초할마할빠 이야기'에서 만나보실 수 있습니다!





## 재미와 유익함, 모두 담았다! 「온택트 교육 프로그램」

글. 고금희 사회복지사



방배노인종합복지관은 코로나19 장기화로 비대면 문화가 확산함에 따라 변화된 상황 속에서도 어르신들에게 교육 참여 기회를 제공하기 위해 다양한 온택트 교육프로그램을 운영하고 있습니다.

방배노인종합복지관 자체 유튜브 채널 '방배골테레비'는 어르신들이 언제, 어디서나 스마트하게 교육을 받고 정보를 활용할 수 있도록 '맷돌체조, 댄스스포츠' 등 다양한 교육 콘텐츠를 제공하고 있습니다.

더불어 어르신이 주체가 되는 '나혼아 콘서트 리뷰, 서초 탐방단 활동영상' 등 온라인콘텐츠를 제작·배포를 통해 신노년 문화 확산을 위한 노력하고 있습니다.



유튜브 채널 '방배골테레비' 로고

유튜브 채널 '방배골테레비'

또한 온라인 교육 플랫폼 'ZOOM'을 활용한 실시간 강의를 운영하여 '하모니카, 오카리나, 에어로댄스' 등 대면 교육 제약이 있는 과목에 대한 수강기회를 보전하기 위해 힘쓰고 있습니다.

특강 일환으로 어르신들의 원활한 비대면 교육 수강을 지원하기 위해 'ZOOM 활용교육'도 진행하였습니다.

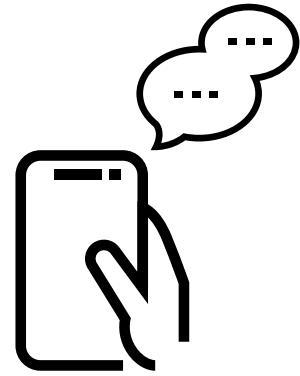
'ZOOM 활용교육'은 ZOOM 어플설치와 기능설명, 실시간 강의 실습 등 실시간 강의 참여 시 필요한 내용 등으로 구성되었으며, 대학생 자원봉사자 연계를 통해 1대1 심층학습으로 진행되어 기타 스마트기기 사용 시 어려웠던 점이나 궁금했던 점 등에 대한 질의응답의 시간을 가졌습니다.

이번 교육에 참여한 유○○ 어르신은 "요즘 스마트폰으로 수업을 듣는다고 해서 궁금했는데 이번 교육으로 나도 수업을 들을 수 있게 되어서 기쁘다." "손자처럼 친절하게 알려준 자원봉사자에게 고맙다."며 감사인사를 전했습니다.

앞으로도 방배노인종합복지관은 **스마트시니어를 위한 다양한 온택트 프로그램**을 제공하기 위해 노력하겠습니다.







## 일상생활 속 스마트한 정보제공 「노인권익아카데미」

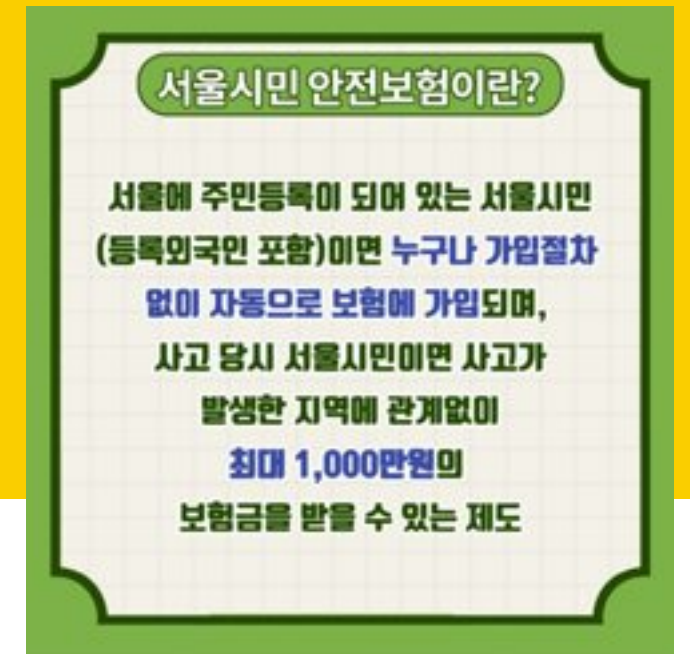
글. 송대식 사회복지사

방배노인종합복지관에서는 어르신들의 정보접근성 향상과 정보격차를 해소하기 위해 복지관 '카카오톡 채널', '홈페이지'를 활용하여 주 1회씩 신설 및 개정되는 복지정책 및 제도에 대한 정보를 제공하고 있습니다.

현대 사회는 다양한 스마트 기기가 활용되는 스마트 시대에 접어든 만큼 PC, 스마트폰을 비롯한 다양한 스마트 기기의 활용이 많아지고 있습니다.

이에 따라, 복지관에서도 시대적 상황에 맞게 스마트폰을 활용한 정보를 주기적으로 제공하고 있습니다.

자치구 내·외부터 국가적인 이슈 및 제도까지 전 영역에 걸쳐 어르신들의 일상생활 속에서 활용이 가능한 정보를 제공하여 정보의 격차를 해소하고, 어르신들의 권리와 이익을 놓치는 일이 없도록 노력하고 있습니다.



### EP. 「노인권익아카데미」서울시민 안전보험

어르신들의 알 권리를 위한 정보제공의 일환으로써 서울 시민이면 누구나 가입 절차 없이 자동으로 보험에 가입 되어 사고 발생 시 보험금을 받을 수 있는 '서울시민 안전 보험'에 대해서 정보제공을 하였습니다.

카카오톡을 통해 다양한 영역의 정보를 접하신 어르신들은 직접 찾아보기도 힘들뿐더러 찾지 않으면 몰랐을 수도 있는 정보를 알게 된 것에 대해 긍정적인 반응과 감사함을 나타 내었습니다.

**앞으로도 어르신들의 정보격차 해소 및 권리와 이익을 증진하기 위한 다양한 영역의 정보를 제공하여 복지증진에 기여 하는 복지관이 되도록 하겠습니다.**







## 시로봇을 활용한 어르신 맞춤형 지원 프로그램 「시스마트 맞춤형돌봄」

글. 인혜령 사회복지사



코로나19로 대면이 어려운 시기,  
심리적 외로움을 겪고 있는 어르신들에게 시로봇을 지원  
하여 안부 확인, 건강정보, 말벗 등 맞춤형돌봄제공을 위한 시  
로봇 돌봄서비스를 시작하였습니다.

어르신 가정에 시로봇을 설치하기 전에 사회복지사와 생활  
지원사를 대상으로 시로봇 기능과 앱 사용 방법에 대한  
사전교육을 진행하였습니다.

생활지원사는 영상통화로 어르신의 안부와 안전확인까지  
가능하니 어르신들의 외로움을 해소하고, 소통하기에  
편리하다"라고 전했습니다.



시로봇을 설치하기 위해 생활지원사와 IT매니저는 어르신댁에 방문하였습니다. 효돌이는  
폼안에 들어오는 크기로 말벗, 노래, 퀴즈 등 기능에 어르신들이 관심을 가지고 사용할 수  
있도록 안내하였습니다.

다솜이는 영상시청과 영상통화기능 활용에 대한 관심도가 높았으며 말벗기능을 통해  
어르신 질문에 대한 답변을 들을 수 있음에 만족해하였습니다.

어르신들이 스마트기기에 미숙하지만 활용하기 위해 적극적으로 물어보고  
임하는 태도를 보였습니다.

아직은 시로봇이 어색하고 어려울 어르신들을 위해 서초50플러스센터와 업무협약을 체결  
하여 전문강사 인력을 확보하였습니다.

전문강사는 매월 어르신 가정에 방문하여 시로봇 관리, 스마트 교육  
등을 진행하여 어르신들이 시로봇을 어려움 없이 사용할 수  
있도록 지원할 예정입니다.

하반기에는 비대면 활동으로  
요리프로그램과 자조 모임  
프로그램 등 다양한  
프로그램을 제공하기 위해  
노력하겠습니다.





생신 잔치  
기부은행 봉사자가  
제작한 꽃다발 전달



생신 잔치 푸짐한 상차림



영양죽 지원



설레는 발걸음,  
따뜻한 마음



## 찾아가는 생신 잔치「행복한 하루」 (feat. 기부은행 돌봄봉사자)

글. 장현정 사회복지사

### 일 년 중 가장 특별한 오늘, 행복한 하루를 선물해드려요!

코로나19의 영향으로 장기간 외부와 단절된 채 고립된 어르신과의 소통을 위해 방배노인종합복지관에서는 사회공헌활동 기부은행 돌봄 봉사자와 함께 '찾아가는 생신잔치'를 통해 어르신들의 정서적 지지와 돌봄을 지원하고 있습니다.

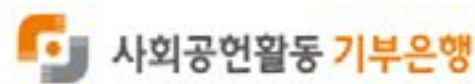
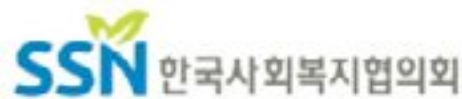
매월 돌봄봉사자들이 직접 어르신을 위해 화사한 꽃다발을 만들어 케이크, 전, 미역국, 제철 과일 등 푸짐한 생신상 차림을 함께 전달해드리며, 어르신들에게 가장 소중하고 특별한 추억을 만들어드리고 있습니다.

코로나19로 거리를 두더라도 마음만큼은 더욱 의미 있게 전달되어 생신을 맞이한 어르신께 잊지 못할「행복한 하루」가 되셨으면 좋겠습니다. 축하드립니다.



“혼자사는 늙은이 생일을 누가 챙겨 주나요. 몸도 마음도 지쳐있었는데 복지관에서 찾아와주고 이렇게 축하 받으니 정말 기뻐요. 하루빨리 코로나가 지나가고 복지관에서 함께하는 날을 기다리고 있어요. 복지관 고마워요.”

- 행복한 하루를 보내신 김0순 어르신 -



## 추석나눔행사 「몸은 멀어져도 마음은 가까이」

글. 권선영 사회복지사

마음이 풍성해지는 명절인 추석을 맞이하여 방배3동 주민센터, 지역사회보장협의체(이웃살피미)와 함께 저소득층 어르신 대상 추석선물 꾸러미를 전달했습니다.

두근거리는 마음과 선물 꾸러미로 가득 찬 양손, 어르신 댁으로 향하는 발걸음은 무척이나 설레었지만, 코로나19로 가족 및 지인과 함께 할 수 없는 명절임에 마음이 울적하시진 않을까 우려가 되기도 했습니다.

“딩동!” 초인종 소리에 “누구세요~?” 문 건너편에서 들려오는 어르신의 우렁찬 목소리. 나의 염려가 싹 사라지고 입가에는 미소가 번졌습니다.

반가움도 잠시! 양손 가득 챙겨온 선물을 전해드리며 그 동안 어떻게 지내셨는지, 즐거웠던 일은 없으셨는지 여쭙보며 도란도란 이야기 꽃을 피웠습니다.

어르신께서는 “여기가 재개발구역이어서 이웃들이 모두 이사 가고 이 빌라에 나 혼자 남아있어요.”, “외롭고 무서웠는데 찾아와줘서 고마워요. 즐거운 명절이네요.”라고 말씀하시며 아낌 없이 덕담을 해주셨습니다.

이처럼 코로나19로 인해 힘든 상황에서도 지역사회의 온정을 어르신들에게 가까이 전달할 수 있었습니다.

따스한 온정을 베풀어 주신 지역사회에 다시 한번 감사드립니다!





## 노인맞춤돌봄서비스 어르신대상 사랑가득 「효사랑꾸러미」 지원

글. 김지연, 김민우 사회복지사

노인맞춤돌봄서비스 이용 어르신 493명을 대상으로  
사랑가득 「효사랑 꾸러미」를 지원하였습니다.

꾸러미는 갈비탕, 종합전병과자, 두유, 마스크로 구성되었으며  
생활지원사의 마음이 듬뿍 담긴 정성스러운 편지와 꽃을 전달하여  
단순한 물품지원이 아닌 의미 있는 꾸러미가 될 수 있도록 하였습니다.

「효사랑 꾸러미」를 전달받은 왕 어르신은  
“매일 전화도 해주고 집에 와서 이야기도 나눠줘서 고마운데,  
이렇게 선물과 함께 편지도 써줘서 너무 감사해요.”,  
“그리고 이렇게 손으로 직접 쓴 편지를 받아보는게 얼마 만인지  
모르겠네요.”, “정성스럽게 써준 편지, 너무 고마워요.”라고  
전했습니다.

이번 사랑가득 「효사랑 꾸러미」 지원을 통해 어르신들에 대한 공경과  
감사를 전하며 함께 한다는 것에 대한 의미를 되새길 수 있는 기회가  
되었습니다.



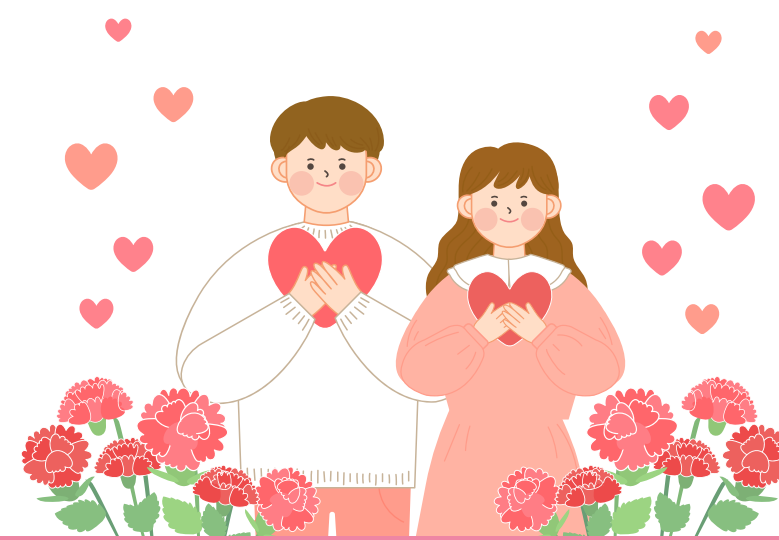
## 노인맞춤돌봄서비스 생활교육 「서초어르신 마음방역캠페인」

방배노인종합복지관에서는 서초보건소와 연계하여 노인맞춤돌봄  
서비스 대상자 498명의 어르신에게 **코로나19 장기화에 따른 우울감을  
예방**하고자 「서초어르신 마음방역캠페인」을 진행하였습니다.

코로나19 장기화로 인하여 어르신의 우울 정도가 심각해지고 있는  
상황 속에서 어르신들의 우울감 및 스트레스 극복, 건강한 일상을  
지원하기 위한 캠페인을 진행했습니다.

사전 노인맞춤돌봄서비스 종사자 교육을 진행하여 생활지원사들의  
어르신우울에 대한 이해도를 높이고, 어르신들에게 직접 우울 극복  
방법교육 및 마음건강진단을 진행했습니다.  
진단결과 가벼운 우울 및 심한우울을 겪고 있는 152명의 어르신을  
서초구 보건소에 연계하여 더욱 전문적인 상담을 받을 수 있도록  
하였습니다.

「서초어르신 마음건강캠페인」을 통하여 어르신들이 우울감을 극복과  
함께 건강한 일상생활 영위를 지원할 수 있었으며, 앞으로도 어르신들의  
우울 예방 및 취약계층 어르신들의 안전을 위하여 노력하겠습니다.







고당클래스 걷기 (반포한강공원)



고당클래스 걷기 (허밍웨이 길)



고당클래스 요리실습



몸 건강!  
마음 건강!



## 만성질환 관리를 위한

# 「너DO! 나DO! 고당클래스」

글. 교수진 물리치료사

방배노인종합복지관에서는 간호사, 영양사, 물리치료사가 함께 **고혈압·당뇨 질환을 가진 어르신**의 만성질환 관리를 위한 건강프로그램 [너DO! 나DO! 고당클래스]를 진행하였습니다.

본 프로그램은 코로나19 장기화로 인해 활동력이 감소하여 스스로 건강관리가 어려워진 어르신들이 질환을 바르게 이해하고 규칙적인 신체활동과 식생활 변화를 실천함으로써 만성질환의 위험요인을 감소시키고자 마련하였습니다.

고혈압, 당뇨병은 지속적인 관리가 필요하며 자가관리에 따라 건강생활을 유지 할 수 있는 만성질환이므로 질환 이해하기, 영양교육 및 요리 실습, 건강생활실천하기 등으로 구성되어 실생활에서 질환을 쉽게 관리 할 수 있도록 하였습니다.

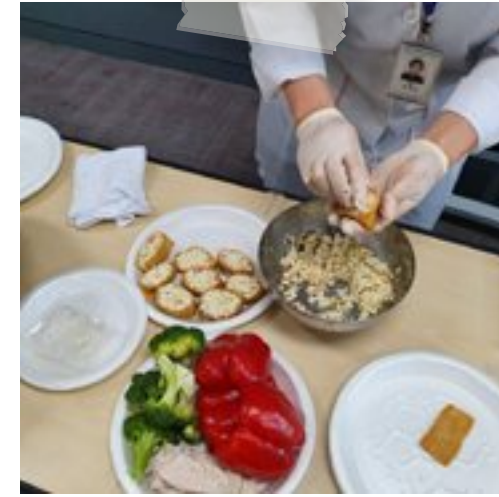
### PART 1. 올바른 건강정보 제공!

고혈압·당뇨 질환에 대한 이해도를 높임으로써 위험요인을 올바르게 관리 할 수 있도록 하여 건강생활실천률을 높이고 합병증을 예방하도록 하였습니다.



### PART 2. 건강한 식생활 실천!

영양 교육과 함께 쉽게 구할 수 있는 식재료를 활용한 '파프리카 샌드위치', '두부유부초밥'을 직접 만들어 봄으로써, 다양한 영양소를 골고루 갖춘 영양레시피를 제공하였습니다.



### PART 3. 만보걷기 실천!

운동 전 후 혈당의 변화를 확인함으로써 자가 질환관리에 대한 인식을 개선하고 만보걷기, 실천기록표, 운동미션을 통해 건강생활습관을 유도하였습니다.



참여자 서OO 어르신께서는 "당뇨 진단계라 걱정했는데, 이제는 병원에서 당뇨약 안 먹어도 되네요. 다음에도 꼭 참여하고 싶어요", 임OO 어르신은 "예전에는 밥 먹고 빵도 먹었는데 식품교환표 대로 실천하고 많이 걸었더니 3kg이나 빠졌어요! 고마워요~" 라고 전하며 높은 만족도를 나타내었습니다.

이번 교육을 통해 어르신들의 혈압과 혈당 수준을 파악하고 식사나 운동을 스스로 조절 할 수 있는 능력을 키워 건강한 생활을 유지하는데 도움이 되시길 바라며, 앞으로도 방배노인종합복지관에서는 **어르신들의 건강한 노후를 위하여 다양한 건강프로그램을 제공하도록 노력**하겠습니다.







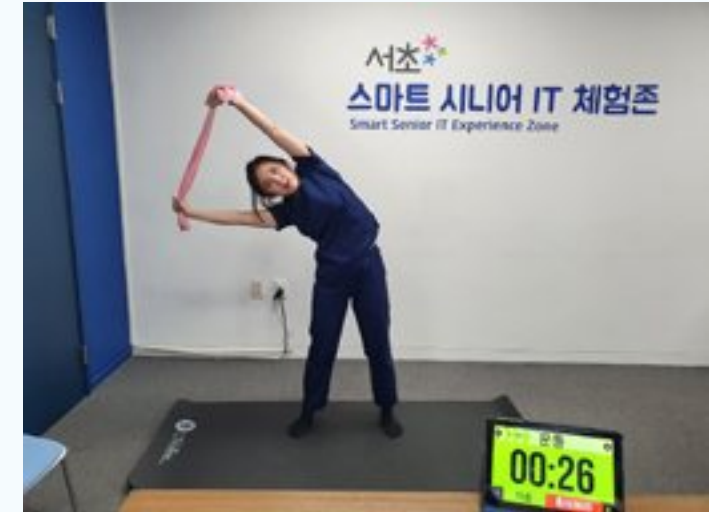
## 비대면 치매예방 프로그램 「기억청춘학교」

글. 김지은 간호사

방배노인종합복지관에서는 코로나19로 인해 어르신들의 사회활동 및 신체활동이 급격히 감소함에 따라 치매예방 및 우울감 해소가 필요한 어르신들을 대상으로 치매예방 프로그램 '기억청춘학교'를 운영했습니다.

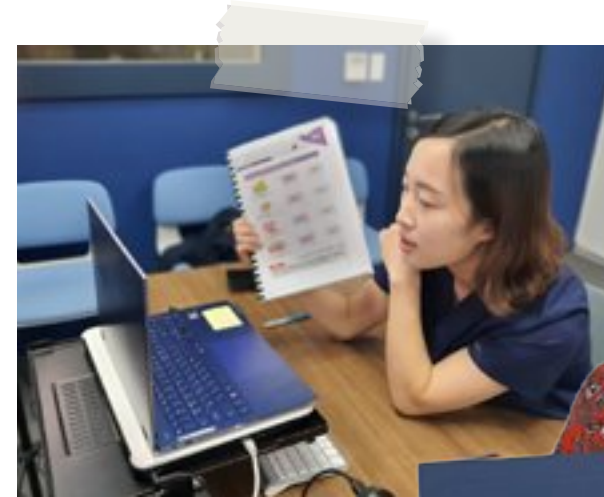
'기억청춘학교'는 어르신들의 건강수명 연장을 위한 인지·운동·영양 3부문에 대한 자가건강 관리능력 향상 프로그램으로 총 12회기에 걸쳐 컵타, 홀로그램 만들기, 칠교놀이, 학습지, 근력운동, 요리활동 등 다양한 인지자극 활동으로 알차게 구성 및 진행했습니다.

코로나19 바이러스 확산추세에 대응하여 온라인 플랫폼을 활용한 비대면 방식을 활용했으며 사전에 어르신을 대상으로 ZOOM 활용교육을 실시하여 수업 참여에 대한 어려움을 최소화했습니다. 또한, 수업 준비물을 '기억 책가방'으로 제작 및 배부하여 등교하는 듯한 기분을 자아냄으로써 어르신들의 호응을 얻기도 했습니다.



'기억청춘학교'에 참여 어르신들은 "비대면이지만 수업을 통해서 다른 분들과 함께 이야기하고 공부하고 운동 할 수 있어서 너무 감사해요.", "운동하고 나서 다리가 후들거리긴 했지만 근력이 많이 좋아졌다는게 몸으로 느껴져요." 라고 전하며 수업 참여에 대한 만족도를 높게 표현해주셨습니다.

처음으로 진행한 '비대면 치매예방 프로그램'이었으나 어르신들의 적극적인 참여와 응원이 프로그램을 긍정적으로 이끌어 갈 수 있는 원동력이 되었습니다. 하반기에는 더욱더 알찬 [기억청춘학교 2기]를 진행하고자 하오니 많은 관심과 참여 부탁드립니다.







선배시민 (안전신문고 어플활용교육)



선배시민 (응급처치교육)



이용자 간담회 (복지관 운영사항 안내)



이용자 간담회 (이용자 의견수렴 및 질의응답)



소통하는  
즐거움,  
나누는 기쁨



## 개인을 넘어 공동체를 위한 민주시민 「선배시민 자원봉사단」

글. 송대식, 박원희 사회복지사

### ‘선배시민 자원봉사란?’

자각, 학습, 참여를 통해 자기 목소리로 공동체에 참여하며 돌보는 존재인 선배시민으로서 이웃과 공동체의 구성원이 인간다운 삶을 살아갈 권리를 가진 주체라는 것을 인식하고 공동체를 위해 자발적, 적극적으로 참여하는 활동입니다.



### 생활안전예방과 지역사회 안전문화 선도를 위한 선배시민 2기 양성과정 ‘생활안전보안관’

생활안전보안관은 4년차의 봉사단으로서 지역사회의 생활안전예방과 안전문화 선도, 안전불감증 저해를 위한 지역사회 안전을 지키는 봉사단입니다.

‘생활안전보안관’은 지역사회의 안전을 위협하는 요인을 발굴하고 안전신문고 어플을 활용하여 개선과 신고를 진행하는 생활안전모니터링을 통해 지역사회의 생활안전예방을 증진시켰습니다.

또한, 자치구에서 실시한 주민참여 아이디어 제안에 안전이 취약한 지역 및 장소를 개선하기 위한 아이디어 토론회를 통해 총 3건의 아이디어를 제안하는 활동을 하였습니다.

‘생활안전보안관’의 지역사회 생활안전과 안전문화 선도를 위한 활동과 안전한 우리동네로 변화되는 모습에 많은 관심과 기대 부탁드립니다.



### 이용상담 및 맞춤 정보제공을 위한 시니어 상담플래너 ‘서초라운봉사단’

서초라운봉사단은 6년차의 봉사단으로서 지역사회 및 복지관 이용 어르신들의 우울감 해소를 위한 우울증 스크리닝, 상담을 통한 맞춤 복지정보 제공을 위한 상담봉사단입니다.

‘서초라운봉사단’은 상담봉사단으로서 지역주민 및 이용 회원과 상담을 진행하기 전, 참여자들의 상담플래너로서의 소양과 역량을 강화시키기 위한 상담교육을 진행하였습니다.

‘서초라운봉사단’은 “교육을 통해 상담자로서의 역량이 강화되는 것 같아 좋다”, “또래 상담가로서 어르신들의 이야기를 하루 빨리 들어보고 싶다”라는 활동의지를 보여주셨습니다.

앞으로 어르신들을 위한 시니어 상담플래너 ‘서초라운봉사단’의 활동에 많은 관심과 기대 부탁드립니다.





## 살기 좋은 방배골 만들기! 함께 소통해요! 「상반기 이용자 운영 간담회」

글. 송대식 사회복지사



지역주민과 이용회원 어르신들이 복지관의 발전을 위해 의견을 나누는 이용자 운영 간담회가 진행되었습니다.

이번 간담회는 코로나19라는 시대적 상황에 맞추어 오프라인, 온라인(ZOOM)을 병행하여 오프라인 참여자 10명, 온라인(ZOOM) 10명 참여자, 직원 10명이 참석하여 의견을 나눴었습니다.

코로나19로 인해 복지관의 휴관이 장기화 됨에 따라 복지관 내·외부적으로 많은 변화가 있었습니다. 내부 시설 환경 공사, 비대면(ZOOM) 강의 신설 등 상반기 동안 진행되었던 복지관의 사업 및 프로그램에 대한 안내로 시작을 하였습니다.

지역주민과 이용회원 어르신들의 보다 많은 의견을 수렴하기 위해서 구글폼을 활용하여 약 2주간의 사전의견을 수렴하였으며 총 14건의 사전의견에 대해 간담회 당일의 의견에 대한 답변을 드렸습니다.

또한, 현장에 참석하신 어르신들의 현장 질의응답시간을 통해 실시간 의견 및 건의사항을 수렴하였으며 현장답변을 통해 어르신들의 궁금증을 해소하는 시간을 가졌습니다.



방배노인종합복지관에서는 상반기, 하반기 연 2회에 걸쳐서 지역주민들과 이용회원 어르신들의 의견과 건의사항을 수렴하여 더 나은 복지관으로서의 발전방향성을 논의하기 위해 이용자 운영 간담회를 진행하고 있습니다.

이번 상반기 이용자 운영 간담회를 통해 코로나19로 인해 복지관 이용이 제한 되었음에도 불구하고 복지관에 대한 어르신들의 지속적인 관심과 이용에 관한 욕구를 확인 할 수 있는 시간이었습니다. 또한, 간담회 결과를 복지관 '카카오톡 채널' 과 '홈페이지' 에 게시하여 지역주민과 이용회원 어르신들과 함께 공유하였습니다.

앞으로도 지역주민과 이용회원 어르신들과 함께 발전해나가는 「새로움이 기대되는 스마트 플레이스 방배노인종합복지관」을 기대해주세요







랜선으로 안전하게 즐겨요!  
**「방배골 온라인바자회」**

글. 박원희 사회복지사



방배동에 눈부신 햇살이 가득 내리던 어느 날, CJ ENM으로부터 후원물품을 기증 받아 상반기 방배골 온라인바자회가 진행되었습니다.

코로나 19로 인해 온라인 바자회로 진행되었으며 사전 유선접수 및 온라인 플랫폼을 활용하여 지역 주민들이 비대면으로 안전하고 쉽게 참여할 수 있도록 진행했습니다.

바자회 판매물품은 가전, 의류, 화장품, 생활잡화 등으로 구성되었으며 다양한 상품으로 기획된 럭키박스 이벤트를 준비하였습니다. 구입 이후에는 코로나 19 방역수칙을 준수하여 복지관으로 내방한 지역주민들이 안전하게 물품을 수령할 수 있도록 하였습니다.

코로나로 인해 지역주민들과 함께 모여 소통하는 바자회를 진행할 수 없어 아쉽지만, 많은 지역주민들이 나눔과 상생의 기쁨을 체험할 수 있는 기회가 되었습니다.

더불어 2차 판매까지 성황리에 마친 상반기 방배골 온라인바자회의 수익금 전액은 저소득 어르신 생활 기금 마련을 위해 사용될 예정입니다.

앞으로도 지역주민이 함께 참여하며 서초구의 나눔 문화 확산을 위해 진행되는 하반기 바자회 행사에도 많은 참여 부탁드립니다!





## 채식의 날 운영

방배노인종합복지관에서는 환경친화적인 녹색식생활 확산과 영양학적으로 우수한 한국형 전통식생활 실천을 위한 "매월 1회" 채식의 날을 운영하고 있습니다.

## 채식의 필요성

내 몸이 건강해진다.

전체 질병 사망자의 71.5%가 육식으로 인해 사망한다는 조사 결과가 있습니다. 채식을 습관화하면 우리 몸도 건강해질 뿐 아니라, 엄청난 의료비용도 절감할 수가 있습니다. (세계보건기구) 채소와 과일에 들어 있는 파이토케미컬이란 영양소는 질병을 예방하고 치료하는 효과가 있으며 특히, 암 예방에 효과가 있습니다.

지구가 건강해진다.

축산업이 배출하는 온실가스는 전체의 51%를 넘는 수치로 지구를 병들게 하고 있습니다.

소박하고 검소한 전통상차림 문화가 계승 발전된다.

패스트푸드, 지방함량이 많은 식품의 홍수 속에서 영양학적으로 우수한 채식위주의 전통식단은 자랑스러운 우리의 전통문화입니다.

## 채식의 유형은?

- 플렉시테리언 평소에는 채식을 하지만 상황에 따라 육식을 먹는 유형
- 페스코(PESCO) 해산물까지는 먹는 채식
- 폴로(POLLO) 채식을 하지만 우유, 달걀, 조류, 어류까지는 먹는 유형
- 락토 오보(LACTO OVO) 채식을 하면서 달걀과 유제품은 먹는 유형
- 오보(OVO) 채식을 하면서 달걀은 먹는 유형
- 락토(LACTO) 채식을 하면서 유제품은 먹는 유형
- 완전한 채식주의 채식만을 먹는 유형
- 비당주의 채식을 하면서 국물은 먹지만, 국물 안 고기는 먹지 않는 유형
- 프루테리언 채소, 과일 중에서도 떨어진 열매만 먹는 유형

## 뿌리채소밥과 부추양념장



재료(1인분 기준)

뿌리채소밥  
쌀70g, 당근10g, 연근10g, 우엉10g  
표고버섯10g, 건다시마 0.2g

부추양념장  
부추1g, 간장3g, 마늘0.3g, 참기름1.2g, 참깨0.1g

조리법

1. 건다시마는 찬물에 우려낸다.
2. 당근, 연근, 우엉, 표고버섯은 0.5cm 크기로 썬다.
3. 불린쌀에 연근, 표고버섯을 섞은 후 1.로 밥물을 잡아 밥을 짓는다.
4. 부추는 잘게 썰어 간장, 마늘, 참기름, 참깨를 넣어 양념장을 만든다.
5. 당근과 우엉은 먹기 직전에 데쳐 밥에 섞고 양념장을 얹어준다.

## 청경채 버섯볶음



재료(1인분 기준)

청경채50g, 느타리버섯8g, 표고버섯8g, 새송이버섯8g  
양송이버섯5g, 참깨0.2g, 검정깨0.2g, 식용유5g

조리법

1. 청경채는 끓는 물에 소금을 약간 넣고 데친다.
2. 느타리버섯은 찢고, 표고버섯, 새송이버섯, 양송이버섯은 먹기 좋은 크기로 썬다.
3. 팬에 기름을 두르고 2.를 소금 간을 하면서 볶다가 1.을 넣고 살짝 볶는다.



## 방배노인데이케어센터, “돌봄을 위한 모두의 노력과 열정!”

글. 강원희 사회복지사

코로나19의 장기화로 인해 보건복지부의 지침에 따라 감염 확산 방지 및 어르신 건강보호를 위해 **2020년 3월부터 휴원을 하게 되었습니다.** 단, 휴원에 따른 돌봄공백을 최소화 하기 위하여 긴급돌봄이 필요한 어르신들께 “**긴급돌봄서비스**”를 실시하고 있습니다.

2020년 9월부터는 외부 강사의 출입이 제한되어 프로그램 운영이 중단되었습니다. 이에 따라, 어르신들의 지친 몸과 마음에 활력을 불어넣기 위해 요양보호사들은 본인의 장점 및 기술을 살려 신체기능 향상을 위한 뇌·체조와 스트레칭, 인지기능 향상을 위한 동화구연과 퍼즐놀이 등 어르신들이 흥미를 가질 수 있는 다양한 프로그램을 기획하여 진행하였습니다. 어르신들 곁에서 돌봄서비스를 제공하는 요양보호사가 프로그램을 직접 운영함으로써, 어르신들은 편안한 마음으로 프로그램에 적극적으로 참여하는 모습을 보였습니다.



이외에 간호사와 물리치료사가 인지 프로그램(행복한 우리집)과 신체 프로그램(건강더하기)을 새롭게 진행하였습니다. 전문성을 활용한 프로그램으로 어르신 개인 특성을 고려하여 진행함으로써 모두가 즐겁게 참여하고 있습니다.

“긴급돌봄서비스” 실시 이후 어르신들의 안전한 센터 생활을 위해 자체적으로 매일 소독을 진행하고 있으며, 매주 외부 업체에서 방문하여 방역을 실시하고 있습니다.

코로나19 장기화로 모두가 힘든 지금, 모두 함께 힘을 합치고 노력하여 어르신들의 건강과 안전에 유의하실 수 있도록 최선을 다하겠습니다. 또한, 질 높은 프로그램을 제공할 수 있도록 노력하겠습니다.





## 2021년 돌봄을 위해 꼭! 알아둬야 할 등급별 월 이용한도액 증가 및 변화

글. 송민수 사회복지사

2021년부터 주·야간보호, 방문요양, 방문간호 등의 재가서비스 이용자의 이용한도액이 늘어났습니다. 장기요양 1등급의 경우 1,498,300원에서 1,520,700원(1.49% 인상)으로 증가하여 등급별로 7,300원~22,400원 늘어납니다.

장기요양 급여비용은 15%는 본인부담금, 85%는 건강보험공단부담으로 진행되고 있으며, 보호자님께서 매달 납부하시는 비용은 15% 본인부담금과 비급여 식대(어르신 식대 및 간식비)입니다.

※ 센터를 이용하는 비용은 모든 센터가 동일합니다.

월 한도액은 아래와 같이 최대 금액으로 정해져 있으며, 월 한도액을 초과할 경우 어르신이 100% 부담해야 합니다.

	1등급	2등급	3등급	4등급	5등급	인지지원등급
2020년	1,498,300	1,331,800	1,276,300	1,173,200	1,007,200	566,600
2021년	1,520,700	1,351,700	1,295,400	1,189,800	1,021,300	573,900
인상율	1.49% (22,400)	1.49% (19,900)	1.49% (19,100)	1.41% (16,600)	1.39% (14,100)	1.28% (7,300)

	1등급	2등급	3등급	4등급	5등급
	1,824,840	1,622,040	1,554,480	1,427,760	1,225,560

※ 2020년도에는 20일 이상 이용시 150% 지원되던 수가가 2021년부터 120%로 변경되었습니다.

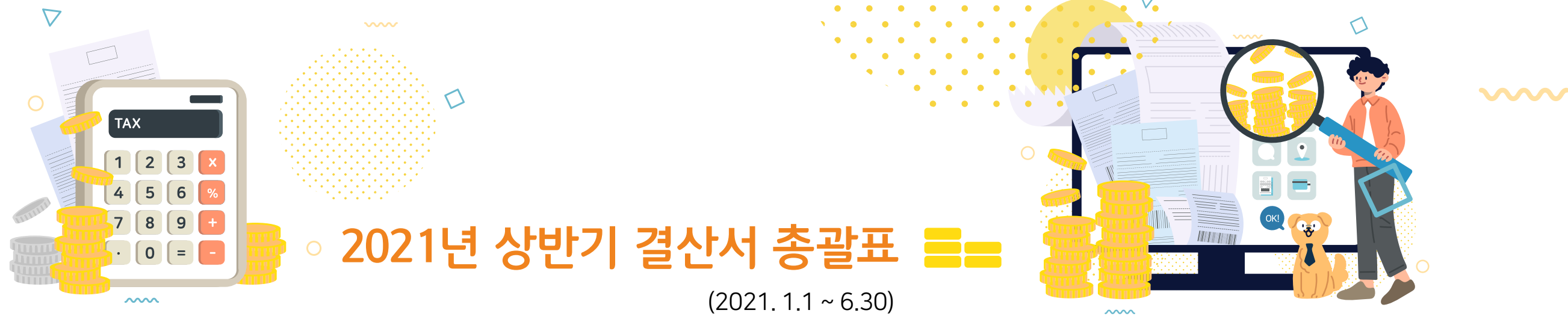
## <2021년 주·야간보호 장기요양수가>

등 급		2020년 (수가)	2021년 (수가)	2020년 (본인부담금)	2021년 (본인부담금)
3시간이상 6시간미만	1등급	35,030	35,480	5,225	5,322
	2등급	32,430	32,850	4,865	4,928
	3등급	29,940	30,330	4,491	4,550
	4등급	28,570	28,940	4,286	4,341
	5등급	27,210	27,560	4,082	4,134
	인지지원등급	27,210	27,560	4,082	4,134
6시간이상 8시간미만	1등급	46,960	47,570	7,044	7,136
	2등급	43,500	44,060	6,525	6,609
	3등급	40,150	40,670	6,023	6,101
	4등급	38,790	39,290	5,819	5,894
	5등급	37,410	37,890	5,612	5,684
	인지지원등급	37,410	37,890	5,612	5,684
8시간이상 10시간미만	1등급	58,410	59,160	8,762	8,874
	2등급	54,110	54,810	8,117	8,222
	3등급	49,960	50,600	7,494	7,590
	4등급	48,590	49,220	7,289	7,383
	5등급	47,210	47,820	7,082	7,173
	인지지원등급	47,210	47,820	7,082	7,173
10시간이상 12시간미만	1등급	64,350	65,180	9,653	9,777
	2등급	59,610	60,380	8,942	9,057
	3등급	55,070	55,780	8,261	8,367
	4등급	53,680	54,370	8,052	8,156
	5등급	52,320	52,990	7,848	7,949
	인지지원등급	47,210	47,820	7,082	7,173
12시간이상	1등급	69,000	69,890	10,350	10,484
	2등급	63,930	64,750	9,590	9,713
	3등급	59,050	59,810	8,858	8,972
	4등급	57,690	58,430	8,654	8,765
	5등급	56,310	57,040	8,447	8,556
	인지지원등급	47,210	47,820	7,082	7,173

장기요양등급 신청방법은 국민건강보험공단 노인장기요양보험(1577-1000)

홈페이지 <http://www.longtermcare.or.kr>에서 신청하시거나 공단 전국 지사를 방문하시면 됩니다.





# 2021년 상반기 결산서 총괄표

(2021. 1.1 ~ 6.30)

사업명 : 서초구립방배노인종합복지관

(단위 : 원)

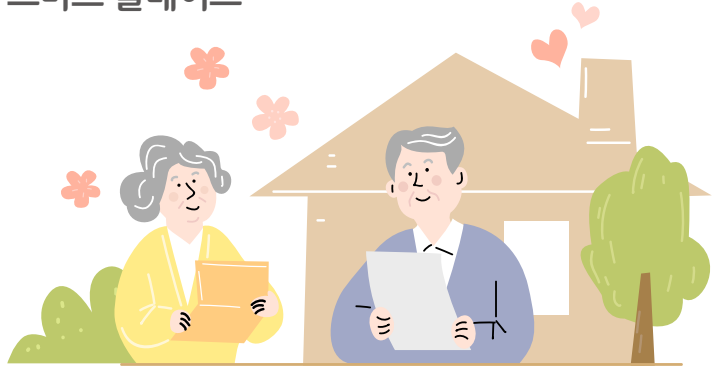
세 입				세 출			
구분	예산액	결산액	증감	구분	예산액	결산액	증감
총계	4,254,000,000	2,286,328,075	▲ 1,967,671,925	총계	4,254,000,000	2,286,328,075	▲ 1,967,671,925
사업수입	75,433,000	20,552,750	▲ 54,880,250	인건비	979,832,000	470,041,930	▲ 509,790,070
보조금	3,954,879,000	2,117,041,240	▲ 1,837,837,760	업무추진비	11,200,000	4,545,220	▲ 6,654,780
법인전입금	48,000,000	20,000,000	▲ 28,000,000	운영비	131,223,000	40,579,020	▲ 90,643,980
후원금	98,893,000	53,041,045	▲ 45,851,955	재산조성비	57,702,000	14,779,570	▲ 42,922,430
잡수입	1,636,000	534,099	▲ 1,101,901	사업비	3,071,496,000	982,757,073	▲ 2,088,738,927
전년도이월금	75,159,000	75,158,941	▲ 59	잡지출/반환금 /차기이월금	2,547,000	773,625,262	▲ 771,078,262



## 소통하고 나누는 마을공동체

# 서초구립 방배노인종합복지관

새로움이 기대되는  
서초 어르신  
스마트 플레이스



## 어르신들의 건강한 삶을 응원합니다.

### • 기능회복 서비스

온열, 전기, 적외선, 하지 압박 순환기, 전신 마사지기를 이용한 통증 완화 및 혈액 순환증진 서비스 제공

이용시간	월~금 / 9시~15시
이용금액	무료
이용방법	사전예약신청
이용장소	복지관 2층 건강생활지원실

\* 단, 신규이용회원은 촉탁의 상담 진행 후 이용 가능합니다.

### • 체력단련

어르신들의 건강한 노후생활을 위해 전문가의 코치를 통해 다양한 운동기구를 활용한 체력증진 지원

이용시간	월~금 / 9시~17시
운동장소	복지관 5층 체력단련실
운동기구	런닝머신, 싸이클, 각종 근력 운동기구 보유
필요물품	실내용 운동화, 운동복
접수방법	- 접수기간 : 매월 마지막주 - 이용금액 : 15,000원(1개월) - 접수장소 : 2층 건강생활지원실 - 이용정원 : 170명

### 자원봉사안내

참여방법: 자원봉사신청(내방 및 VMS, 1365) → 상담 및 배치 → 자원봉사 활동 → 자원봉사인증서 발급

### 후원안내

위기어르신을 돕기 위한 여러분의 손길을 기다립니다  
- 예 금 주 : 방배노인종합복지관  
- 후원계좌 : 우리은행 1005-001-449339  
국민은행 043901-04-172244

### 신입회원교육 안내

신규로 회원가입을 하신 어르신들을 대상으로 복지관 소개, 이용방법, 프로그램 및 서비스 안내 교육

일자 : 매월 둘째 주 화요일  
시간 : 13시  
장소 : 복지관 3층 사회교육 1실

### • 건강증진 서비스

노년기 신체·심리적 건강 관리능력 향상을 위한 맞춤형 서비스 제공

이용시간	월~금 / 9시~15시	
이용금액	무료	
이용장소	복지관 2층 건강생활지원실	
서비스 내용	건강 관리	- 혈압, 혈당, 체지방 측정 - 외상치료, 상비약품지급, 간호상담 - 촉탁의 진료, 골밀도 검진, 청력검사
	치매 관리	- 치매검진 - 치매예방교육 및 자조모임
	식생활 교육	- '영양가득 실버스푼'

### • 서리풀 시니어 레스토랑(경로식당)

서초구만의 특별한 공간, 고품격의 영양 식단 제공을 통한 건강지원

이용시간	월~금 / 11시30분~13시
이용금액	3,500원
이용장소	복지관 지하 1층 식당
이용방법	1층 무인 식권발급기에서 식권 구입
식권구입시간	9시~12시50분

\* 무료이용은 위기어르신 대상으로 진행되며, 상담 및 사례 회의를 통해 선정된 회원에 한해 이용 가능합니다.

## 스마트 시니어를 위한 프로그램을 제공합니다.

### • 노년사회화교육

어르신들의 교육활동 지원을 위한 다양한 교육 프로그램 제공

문학교육	- 외국어(영어, 일본어, 중국어 등) - 교양(관상학, 수지침, 문인화 등)
IT교육	- 컴퓨터, 스마트폰, 키오스크 등
예술교육	- 미술(뎃생, 수채화, 서예 등) - 음악(가곡, 오카리나, 하모니카 등)
생활체육	- 건강(댄스, 에어로빅, 요가 등) - 생활(바둑교실 등)

\*수업일정, 이용금액 등은 복지관 내부사정에 의해 변경될 수도 있으니 시간표를 참조해주세요.

### • 스마트 시니어 IT 체험존

콘텐츠 및 영상 제작을 통해 새로운 여가 문화를 제공하는 공간

구분	서리풀 온라인 스튜디오	VR 체험존
내용	1인 미디어 체험, 영상 촬영 및 제작 등	VR 콘텐츠를 활용한 시청각 교육 및 체험
이용시간	월~금 / 10시~17시	
이용금액	무료	
이용방법	사전예약신청	

\*복지관 내부 사정에 의해 이용이 불가한 경우가 생길 수 있으니 사전에 문의해주시기 바랍니다.

## 도움이 필요하신 어르신들을 위해 직접 찾아갑니다.

### • 위기 및 취약노인지원

지역 내 위기 및 취약 어르신의 어려움을 해결하고 안정된 노후를 위한 맞춤형 서비스 제공

대상	방배권역 내 국민기초생활수급자, 차상위 계층 또는 기타 저소득층에 속하는 위기 및 취약노인
지원내용	사례관리 및 지역사회 연계서비스 (식생활 지원, 정서지원, 경제적 지원 등)
진행과정	접수 → 상담 → 선정회의 → 서비스계획 및 계약 → 서비스이용 → 서비스점검 → 평가 및 종결 → 사후관리

### • 노인맞춤돌봄서비스

독립적 일상생활이 어려운 저소득 어르신들을 대상으로 맞춤 서비스 및 안정적인 노후생활 지원

대상	서초구 내 65세 이상 국민기초생활수급자, 차상위 계층, 기초연금수급자로서 *유사 중복사업 자격에 해당되지 않은 자
지원내용	안전지원, 사회참여, 생활교육, 일상생활지원(이동동행), 연계서비스(민간자원 연계)
신청방법	직접 관할 등 주민센터 신청 후 대상자 선정

\*유사중복사업 : 노인장기요양보험 등급자, 가사간병 방문지원사업, 보호재가복지 서비스, 장애인활동지원사업 등 유사한재가서비스 이용자

## 어르신들의 넘쳐나는 재능을 기다립니다.

### • 노인전문 자원봉사

어르신의 재능과 경험을 바탕으로한 지역사회 공헌활동

봉사단명	여가만만 공연단	지식나눔 봉사단	문화나눔 봉사단
활동 내용	아코디언, 우쿠렐레, 하모니카 등	풍선아트교육, 바둑교육 등	동화구연 등
활동처	서초구내 어린이집, 초등학교, 데이케어센터 등		

### • 선배시민 자원봉사

인생 및 지역사회의 선배로서 후배시민들과의 소통과 지역사회발전을 위한 기여

봉사단명	서초라온봉사단	생활안전보안관
활동 내용	복지관 이용상담 및 맞춤 정보제공을 위한 시니어 상담플래너	생활안전예방과 지역사회 안전문화 선도
활동처	복지관 및 서초구 지역사회 인근	

## 어르신들의 문제해결을 지원합니다.

### • 노인권익증진

복지관 이용 시 문제해결 지원 및 어르신들의 권익 실현을 위한 다양한 교육 및 정보제공

구분	노인권익아카데미	고충처리
내용	노인인권, 금융교육 및 다양한 권익 정보제공	복지관 이용 시 고충 및 건의사항 의견 수렴
장소	복지관 3층 사회교육1실, 카카오톡 채널(온라인)	복지관 1층 안내데스크 '고충처리함'
시간	매주 금요일	상시

### • 정보제공 상담

일상생활 속 발생할 수 있는 법률, 세무 관련 문제해결 지원

구분	법률상담	세무상담
일자	매월 둘째주 수요일	짝수월 둘째주 화요일
시간	14시~17시	
인원	5명(선착순 접수)	



[나눔을 통한 행복한 동행]

오늘 우리가 나무 그늘에 앉아 쉴 수 있는 것은  
다른 누군가가 오래전에 나무를 심었기 때문입니다.

## 2021년 상반기 후원자명단

글. 박원희 사회복지사

### 개인후원자

강혜경, 박기현, 권오석, 권용현, 금민희, 김가자, 김민주, 김상호,  
 김성민, 김순애, 김은경, 김응희, 김주희, 김진영, 김태훈, 김하령,  
 김혜숙, 김홍주, 문홍섭, 민석범, 민태선, 박민자, 박애숙, 박영숙,  
 박영욱, 박운수, 박정우, 박정희, 박종균, 방이정, 배운석, 변덕규,  
 변원규, 손해랑, 송아람, 신경자, 안선희, 안영원, 오혜중, 용성자,  
 윤문엽, 은채원, 이경호, 이대생, 이만희, 이병영, 이보현, 이영자,  
 이운길, 이은주, 이풍연, 이혜란, 이혜수, 이혜숙, 임서연, 장미희,  
 장복순, 전경원, 정손숙, 정유리, 주구석, 주동숙, 지창길,  
 최동수, 최명현, 최현주, 한복재, 허남필, 황규홍

### 후원단체

기와집순두부서초점, 대검찰청과학수사부, 대한민국ROTC중앙회,  
 독거노인종합지원센터, 동아노인복지연구소  
 사회복지공동모금회, 사회복지법인 고헌복지재단,  
 서울시노인종합복지관협회, 서울시사회복지관협회,  
 순수치킨 상도점, 아구널찜했어, 아름다운가게, 우양재단,  
 (주)씨제이대한통운, (주)씨제이이엔엠, (주)지와이디, (주)희상건설,  
 지파운데이션, 킹(KING)된장남, 한국노인종합복지관협회,  
 한국사회복지협의회, 행복나눔밥차

- 후원방법: 현금후원) CMS후원(정기계좌이체), 일반 및 결연후원  
 현물후원) 전화, 내방, 택배 등 물품후원  
 후원행사참여) 바자회, 모금캠페인 등 나눔활동 참여를 통한 후원

- 후원문의: 지역복지팀(070-8676-3791)

- 후원계좌: 국민은행 043091-04-172244  
 우리은행 1005-001-449339



# 희망온돌 취약계층 위기가구지원사업이란?



글. 권선영 주임

예견하거나 통제할 수 없는 사회적 위험으로 인해 일상적인 생활유지가 어려운 가구에 단기적 지원을 통해 위기상황을 해소하도록 지원하는 사업입니다.

## Q. 누가 신청할 수 있나요?

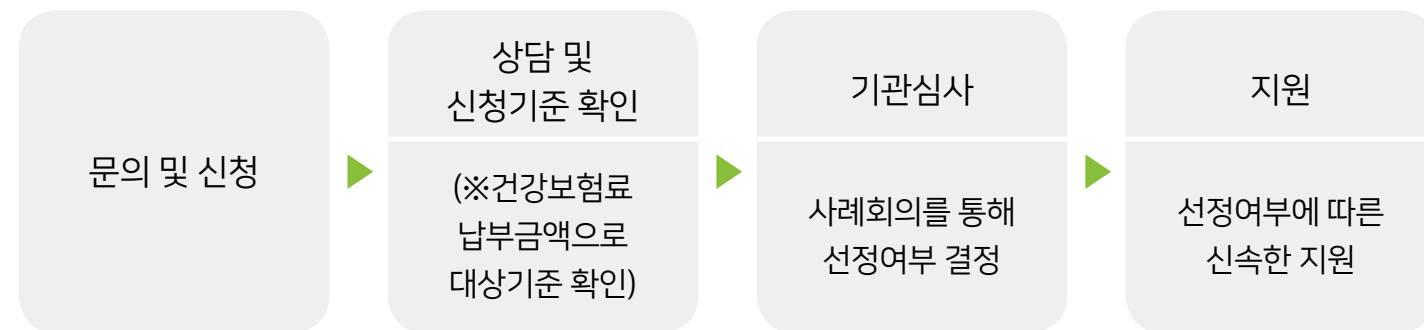
- 지원대상: 서초구 지역 내 거주 기준 중위소득 120% 이하로 위기에 처한 가구

## Q. 어떤 지원을 받을 수 있나요?

- 지원내용: 1가구 1항목 100만원 이하
- 세부내용: 생계비, 주거비, 의료비, 기타긴급비(집수리, 이사비용 등)

※ 위 항목 모두 만성적 상황인 경우 지원 불가하며, 일시적 긴급상황인 경우에만 지원 가능합니다.

## Q. 어떻게 신청하나요?



※ 문의: 방배노인종합복지관 사례관리팀 (02-581-7992)

"본 사업은 사랑의 열매, LSASWC 에서 함께 합니다."

# 슬기로운 나눔생활, 기부로 함께하는 이웃사랑!

글. 박원희 사회복지사

방배노인종합복지관에서는 나눔문화 확산과 이웃사랑 실천을 위해 지난 7월부터 서울 사회복지공동모금회 사랑의열매와 함께 사당역, 이수역 지하철 역사 내에 '사랑의열매 모금함'을 설치하여 모금활동을 전개하고 있습니다. 사당역, 이수역 역사 내에 설치된 모금함에는 현금 및 1회용 교통카드, 상품권 등 따뜻한 마음을 전할 수 있는 기부금을 넣어주시고, 방배노인종합복지관과 함께 지역사회 따뜻한 기부문화 확산에 동참해주세요. 기부된 성금은 도움이 필요한 독거노인을 위한 사업에 지원될 예정입니다.

- 모금함 설치 기간: 2021년 7월 ~ 2024년 9월
- 모금함 설치 장소: 이수역 4호선(2, 13번 출구), 7호선(3~12번 출구), 사당역 2호선(13번 출구)
- 모금액 사용계획: 분기별 모금함 정기수거 후 모금액에 따른 계획 예정



방배노인종합복지관 사랑의열매 모금함 포스터



방배노인종합복지관 사랑의열매





**방배노인종합복지관**  
BANGBAE SENIOR WELFARE CENTER

- 주 소 : 서초구립 방배노인종합복지관 (우 : 06677)  
서울특별시 서초구 방배천로 48 (방배동)
- 연 락 처 : 02-581-7992
- 팩 스 : 02-581-7991
- 홈페이지 : [www.bbseior.org](http://www.bbseior.org)

**라운누리** | 라온(즐거움, 기쁨)과 누리(세상, 공간)의 합성어로  
즐거움 공간이라는 뜻의 순 우리말입니다.

